**國立中央大學附屬中壢高中**

**105學年度高中職適性學習社區教育資源均質化**

**「生涯規劃課與輔導系列工作坊(2)-我們的關係卡」**

1. **依據：**105學年度高中職適性學習社區教育資源均質化計畫。
2. **實施目的：**透過生涯相關牌卡活動實作，讓參與教師學習透過各種對話，將協助探索內在生命狀態，發現更多自身的資源。
3. **主辦單位：國立中央大學附屬中壢高中**
4. **時間：**106年06月02日（星期五）08：30-17：10。
5. **地點：**中壢高中會議室。
6. **名額：總人數30人。**
7. **講師：陳怡婷 老師。**

講師簡歷

* 諮商心理師：諮心字第000257號
* 台灣師範大學教育心理與輔導研究所博士候選人
* 現任：宜蘭縣衛生局心理衛生科/佛光大學學生輔導組外聘督導、宜蘭大學/空中大學/宜蘭監獄兼任講師、各地張老師心理學苑特約講師、宜蘭學生諮商中心/家庭教育中心/宜蘭地方法院等特約心理師。
* 大專校院講師證書、中等學校輔導教師證、美國NGH專業催眠師證照。
* 微憩心藝文化有限公司負責人。

【課程表】

地點：行政大樓

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 時間 | 內容 | 主講 | 備註 |
| 8:30-8:50 | 報到 | **輔導室** |  |
| 8:50-10:30 | 關係地圖  以客體關係理論為基礎的關係地圖 | 陳怡婷  心理師 | 單槍  投影 |
| 10:30-10:40 | 休息 | **輔導室** |  |
| 10:40-12:20 | 圖卡的投射性運用  探索個人親密關係模式 | 陳怡婷  心理師 | 信紙  關係卡 |
| 12:20-13:10 | 午餐 | **輔導室** |  |
| 13:10-14:50 | 圖卡的聯想性運用  讓關係流動：修復關係中的傷 | 陳怡婷  心理師 | 關係卡 |
| 14:50-15:00 | 休息 | **輔導室** |  |
| 15:00-16:40 | 表達性字卡的運用  開啟正向的關係循環 | 陳怡婷  心理師 | 關係卡 |
| 16:40-17:10 | 綜合討論 | **輔導室** |  |